

Pur de Calabaza de Invierno

Makes: 4 Porciones

Es fácil de preparar verduras con esta receta de puré de calabaza de invierno. Este plato es un buen acompañamiento para la carne, aves o pescado.

Ingredients

4 cups calabaza de invierno (pelada, sin semillas, cortada en trozos pequeños)
2 tablespoons margarina
3 teaspoons azúcar morena o regular
1/2 teaspoon sal
1/4 cup jugo de naranja

Directions

1. Lave y hornee o hierva la calabaza hasta que esté suave. Puré con un tenedor.
2. Agregue la margarina, el azúcar y la sal. Añada el jugo de naranja, una cucharada a la vez, hasta que la calabaza consiga la densidad que a usted le guste.